

北の台新聞

平成27年4月号

文責：坂本のり子

NO49

本州からは、桜の便りが聞かれテレビでも桜満開の映像がながれています。そして、クリニック駐車場前の花壇にはクロッカスの花が咲きました。ようやく北海道にも春の訪れを感じられるようになりましたね。新年度が始まるとともに、新たな門出を迎えられた方も多いでしょう。花々が咲くように、力強い息吹を吹き込んでください。三寒四温、まだ寒い日もあると思います。上着の調節で風邪などひかれませんようご注意ください。



※電話で受付システム「テルミーアイ」

詳しいことは受付窓口にてお尋ねください。



外来診療体制

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------|-----|----------|----------|----------|----------|----------|-----------------|
| 9:00 ~12:00 午前 | 内科 | 辻田 | 辻田 坂本 | 辻田 坂本 | 辻田 坂本 | 辻田 | 辻田 または 坂本 |
| | 鍼灸院 | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 |
| 14:00~ 17:00 午後 | 内科 | 坂本 | 辻田 | | 辻田 | 坂本 | |
| | 鍼灸院 | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 | | 坂本 英紀 | 坂本 英紀 | |
| 17:00~ 19:00 夜間 | 内科 | | 坂本 | | 辻田 | | |
| | 鍼灸院 | | 坂本 英紀 | | 坂本 英紀 | | |

※ 臨時に変更になる場合がございます。窓口へお問い合わせを！

※ 鍼灸院やすらぎ館は第1・第3土曜日は休診です。

ごぞんじですか？

第7回 地域医療講座 開催のお知らせ



「減塩の工夫について」

日時 4月15日(水) 15:00~16:00

場所 クリニック北碩館 2階

講師 当クリニック栄養課
作田敦子管理栄養士

みなさまにわかりやすく、減塩する方法教えてくれます。

どなたでもご参加いただけますので、お友達などお誘いあわせの上お越しください。

※準備の都合上、ご参加いただける方は、事務及びスタッフにお知らせいただけると幸いです。

たくさんのご参加をお待ち申し上げております。

医療法人社団 北碩会

北の台クリニック

〒061-1113

北広島市共栄町1丁目13-2

電話011-372-8811

ホームページ

<http://park22.wakwak.com/~kitanodai>

逆流性食道炎

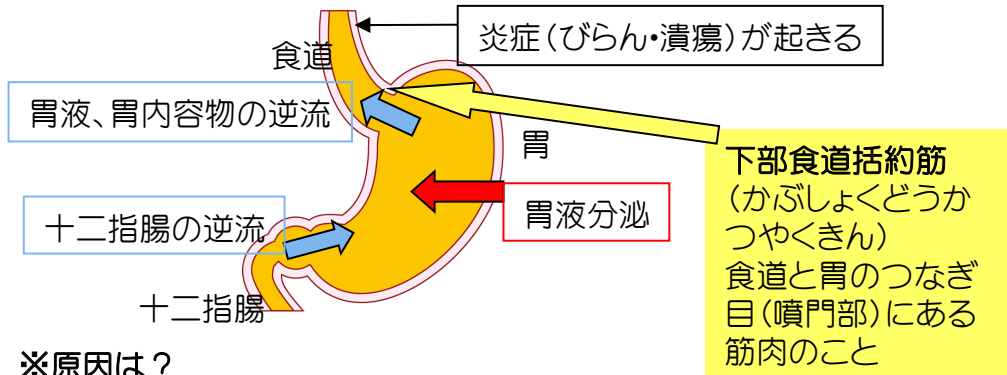
監修 理事長 坂本洋一

※逆流性食道炎とは..

強い酸性の胃液や胃で消化される途中の食物が、食道に逆流してそこにとどまるため、食道が炎症を起こす病気です。

そのため、胸焼けや胸の痛みなどの症状がでます。

もともと日本人には少ない病気でしたが、食生活の変化などにより、最近では患者さんが増えています。



※原因は？

<食道裂孔ヘルニアという病気によるもの>

加齢により起こるものと生まれつきの方もいます。腹圧が高くなることで起きる場合があります

<脂肪の多い食事・食べすぎ>

脂肪の多いもの・甘いものの食べすぎで胃酸が多く出ます。

そうすると胃酸が逆流しやすくなります

<たんぱく質の多い食品をとりすぎる>

消化時間がかかるため、胃に長くとどまるため、胃酸が逆流が起こりやすくなります

<加齢による>

年をとると下部食道括約筋の働きの低下や食道ぜんどう運動の低下、唾液量の減少などから起こりやすくなります

<背中が曲がった人>

おなかが圧迫されることで胃の中の圧力が高くなり、起こりやすくなります

<肥満>

日本人ではデータがないのではっきりしませんが、腹圧が高くなることで起こりやすいとされています

※症状は？

胸焼け...胸の辺りに焼けるような不快感

呑酸...すっぱい液体が口まであがり「ゲップ」がでる

(どんさん) ひどいときは、吐いてしまうことがある

胸のいたみ

胸がしめつけられるような狭心症に似た痛み

せき・ぜんそく

逆流した胃液が、のどや気管支を刺激したり、食道の粘膜を通して神経を刺激しせきが起るゆえに、逆流性食道炎を改善するとぜんそくが直ったという事例もあります

のどの違和感・声がれ

のどに炎症が起こり、違和感や痛みを感じる

ひどくなると、食べ物が飲み込みづらくなったり声がれが起こる

※気になる症状があったら...主治医へご相談下さい

1. 問診

できるだけ詳しく症状を知らせてください

2. 内視鏡検査及び組織検査

モニターで食道の粘膜の状態を確認することにより、重症度がどれくらいかわかります。その際、粘膜を採取し検査することで「がん」などの他の病気ではないことを確認します

3. 酸分泌抑制薬による診断

治療に使われる薬を7日間服用し効果をみる

※治療

生活習慣の改善...食事・姿勢・服装などを見直す

薬物療法...薬による治療を始めると、多くの患者さんが

すぐに症状がなくなりますが、炎症・びらん・潰瘍

は治癒したわけではないので、飲み続けて下さい

しかし、根本的治癒ではありませんので、薬をのみ続ける維持療法になります

手術...上記で改善されない場合